

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "Здоров и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино(мобилизованные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

на 02.10.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №3 Бутерброд с сыром*.*                               |        | 60      | 101   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч..     |        | 250/5   | 392   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |        | 200     | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |        | 35      | 89    |
| Итого:                                                | 91,52  | 550     | 682   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым, маслом  |        | 100     | 94    |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.  |        | 250/5/1 | 114   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250     | 359   |
| №АКТ Компот из свежзамороженных ягод*                 |        | 200     | 32    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 128,14 | 866     | 747   |
| Всего:                                                | 219,66 | 1 416   | 1 429 |

### Для всего меню

| В граммах                           |           |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|-----------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры      | Углеводы    | витаА - 315,54          | витВ1 - 0,84 | витВ2 - 0,91 |
| 47,3                                | 47,66     | 182,2       | витС - 18,8             | витЕ - 0,05  | витD - 0,74  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |           |             |                         |              |              |
| Na - 2 055,74                       | K - 871,5 | Ca - 613,75 | Mg - 171,79             |              |              |
| P - 680,28                          | Fe - 8,43 | I - 174,4   | Se - 33,28              |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Еремеева М.С.